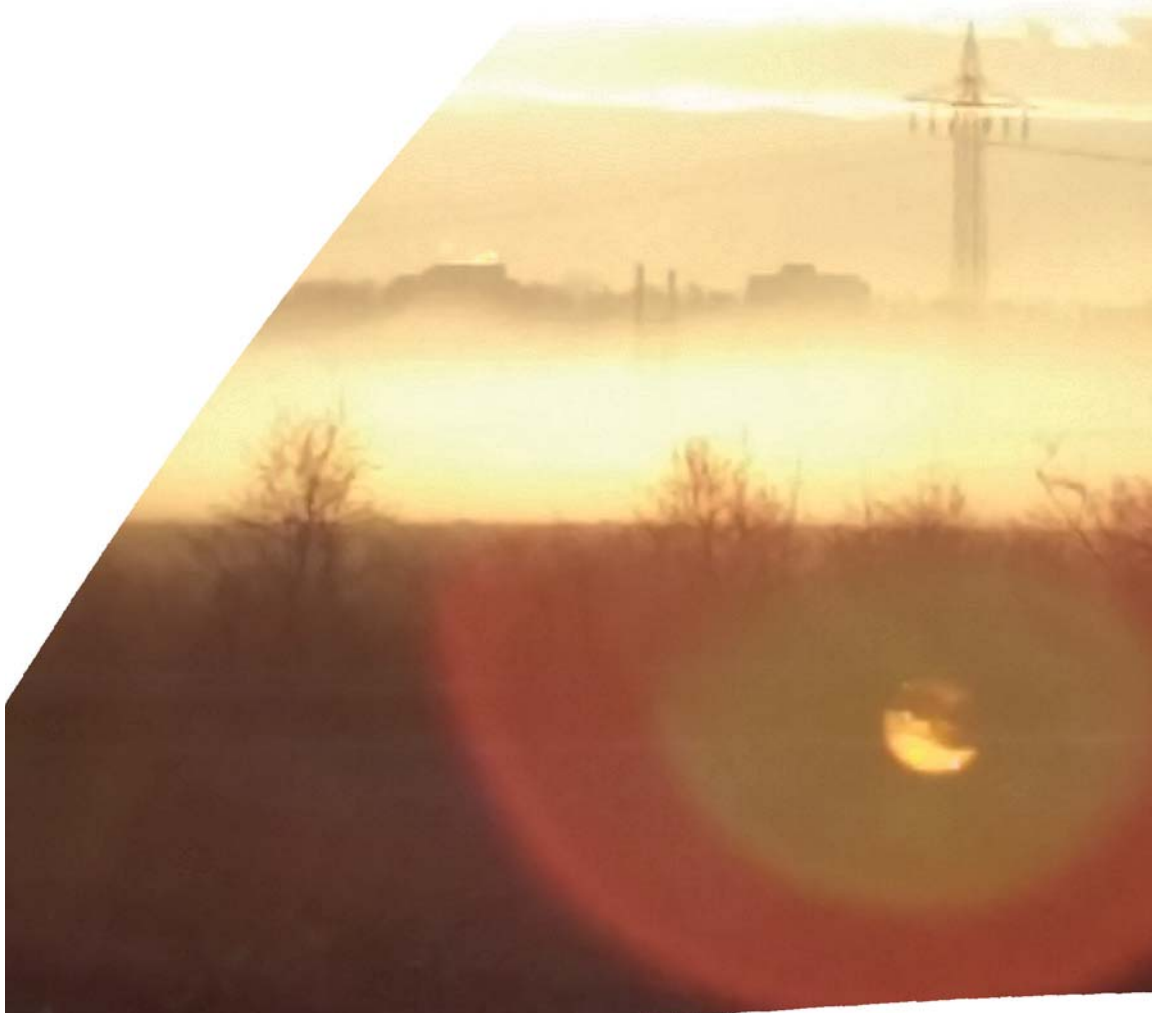


# Aufstehn zum Leben

6 Frühschichten für die Fastenzeit 2015



D 43542



# Impressum



**Herausgeber**  
Landesjugendpfarramt der Evangelischen Kirche der Pfalz und  
Evangelische Jugend der Pfalz  
Unionstraße 1, 67657 Kaiserslautern  
[www.evangelische-jugend-pfalz.de](http://www.evangelische-jugend-pfalz.de)

Bund der Deutschen Katholischen Jugend und  
Abteilung Jugendseelsorge der Diözese Speyer  
Webergasse 11, 67346 Speyer  
[www.bdkj-speyer.de](http://www.bdkj-speyer.de)

**Verantwortlich**  
Christian Knoll, Referent für Religiöse Bildung

**Mitarbeiter/-innen**  
Detlev Besier, Tobias Dötzkirchner, Florian Geith, Florian Grieb,  
Richard Heitz, Sarah Moßbach und Nicolette Schmitt

**Textverarbeitung und Korrekturen**  
Christine Beringer

**Titelbild, Grafische Arbeiten & Layout**  
Christian Knoll

**Druck**  
Chroma Druck GmbH, Römerberg

### **Aufstehn zum Leben**

Liebe Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter,  
liebe haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den  
Gemeinden, liebe "Frühschichtlerinnen" und "Frühschichtler".

In diesem Jahr setzen wir unsere Tradition der Kontaktbausteine mit Anregungen für die Gestaltung von Früh- oder Spätschichten für die Fastenzeit in ganz besonderer Art fort.

Angeregt vom Motto des Ökumenischen Kirchentages der Evangelischen Landeskirche der Pfalz und des Bistums Speyer "Aufstehn zum Leben" wollen wir uns gemeinsam, konfessionsübergreifend auf den Weg machen. Aus diesem Grund ist der Kontaktbaustein 53 eine ökumenische Gemeinschaftsproduktion des Landesjugendpfarramtes der Evangelischen Kirche der Pfalz, der Evangelischen Jugend der Pfalz, der Abteilung Jugendseelsorge der Diözese Speyer und des BDKJ Speyer (Bund der Deutschen Katholischen Jugend Speyer).

### **Aufstehn zum Leben**

Wenn meine Sehnsucht überquillt nach einem, der den Hunger stillt, nach einem, der mich ganz versteht und alle Wege mit mir geht; wenn ich mich wie am Boden fühl, wie ein Verlorener im Gewühl, der sich nach einem Ziel ausstreckt, das neue Hoffnung weckt, dann will ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn mit Gott. Mit Gott, der immer bei mir bleibt und liebend meine Angst vertreibt, mit ihm will ich aufstehn zum Leben!

Weil Gottes Sohn in Jesus Christ ein Mensch wie ich geworden ist, der jedem seine Liebe gibt, auch dem, der nur sich selber liebt; der selbst dem Tod ins Angesicht sieht, weil er weiß, dass Gottes Licht auch nach des Kreuzes dunkler Nacht den Morgen neu entfacht, drum kann ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn durch Gott. Durch Gott, der alle Ketten sprengt und selbst im Tod noch Hoffnung schenkt, durch ihn kann ich aufstehn zum Leben!

Wenn Ungerechtigkeit und Leid unendlich laut zum Himmel schreit; wenn jeder unsre Schöpfung mit den Füßen in den Boden tritt; wenn Menschen Durst und Hunger spürn, im Überlebenskampf verliern; wenn einer völlig unbewegt aufs Kreuz die andern legt, dann soll ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn für Gott. Für Gott, der meiner Kraft vertraut, dass sie sein neues Reich mitbaut, für ihn soll ich aufstehn zum Leben!

Weil Spaltung Gottes Volk zerteilt und jeder nur bei sich verweilt, nur das, was er sein Eigen nennt, als Willen Gottes anerkennt; weil Sehnsucht unsre Herzen treibt, dass alle als sein heiliger Leib das Mahl des Auferstandenen an einem Tisch begehnen, drum solln wir aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn in Gott. In Gott, der uns durch seinen Geist den Weg zur wahren Einheit weist, in ihm solln wir aufstehn zum Leben!

Wenn mir in vielerlei Gestalt der Tod entgegen tritt und kalt ich seinen dunklen Schatten spür und so die Hoffnung fast verlier, wenn ich schon hier und nach der Zeit mich sehne nach der Ewigkeit, nach Gottes Reich, das jetzt noch klein einst unendlich wird sein, dann werd ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn zu Gott. Zu Gott, der Lebensfülle schenkt, die schon im Hier und Jetzt anfängt, zu ihm werd ich aufstehn zum Leben!

*Thomas Stubenrauch*

### **Die einzelnen Frühschichten im Überblick:**

1. Aufstehen! Wozu eigentlich? (BDKJ Speyer)
2. Aufstehen für andere (Ev. Jugend Pfalz)
3. Aufstehen für mich (BDKJ Speyer)
4. Aufstehen für mehr Toleranz (Ev. Jugend Pfalz)
5. Aufstehen für mehr Frieden (Ev. Jugend Pfalz)
6. Aufstehen (BDKJ Speyer)

Diese Frühschichtmodelle sind in einem ökumenischen Team entstanden. Beteiligt waren Detlev Besier, Tobias Dötzkirchner, Florian Geith, Florian Grieb, Richard Heitz, Sarah Moßbach und Nicolette Schmitt. Ihnen ein ganz herzliches Dankeschön dafür!

Euch und Ihnen allen ein gutes Gelingen der Früh- bzw. Spätschichten, eine intensive und brückenbauende Fastenzeit und ein schönes Osterfest, das uns neue Kraft schenkt und neuen Mut gibt zum Aufstehn!

Christian Knoll

Referent für Religiöse Bildung

Abteilung Jugendseelsorge der Diözese Speyer / BDKJ Speyer

### **Die Gottesdienstform**

Eine Frühschicht kann von der Form her sowohl ein Wortgottesdienst als auch eine Eucharistiefeier sein. Entscheidend ist die Idee, sich morgens in aller Frühe vor der Schule oder dem Arbeitsbeginn zu einem gemeinsamen Gebet in der Kirche oder an einem anderen geeigneten Ort zu treffen um so ein Wort oder einen Gedanken mit in den Alltag zu nehmen. Das gemeinsame Frühstück danach ist eine sinnvolle Abrundung. Oft entsteht gerade hier nochmals ein intensiver Gedankenaustausch oder es entstehen im Gespräch neue Ideen für Projekte und Aktionen.

Natürlich können die Frühschichten auch Spätschichten sein, die in eine gemütliche abendliche Teerunde einmünden.

### **Vorbereitung**

Bei den einzelnen Frühschichten ist jeweils angegeben, welche näheren Vorbereitungen getroffen sein müssen. Es ist wichtig, sich die Texte vorher gut anzuschauen, so dass sie langsam und deutlich vorgelesen werden können. Kurze Pausen tragen zum besseren Verstehen der Texte bei. Die Vorlage ist kein starres unveränderliches Konzept. Sie kann und soll jeweils an die örtlichen Gegebenheiten angepasst werden, d.h. es sollten die Größe der Gruppe, das Alter der Teilnehmer/innen, der Ort der Feier usw. berücksichtigt werden.

### **Leitung**

Bei den einzelnen Frühschichten ist neben verschiedenen Sprecher/innen auch von einem Leiter/einer Leiterin die Rede. Das ist die Person, die sozusagen die Fäden in der Hand und somit die Verantwortung für die jeweilige Frühschicht übernommen hat. Leitung bedeutet nicht, dass diese Person die gesamte Frühschicht alleine vorbereiten muss. Sinnvoller ist es die Vorbereitung im Team vorzunehmen.

### **Gesang und Begleitung**

Da viele Frühschichtbesucher/innen noch nicht sehr lange wach sind, fällt es ihnen oft schwer das ein oder andere Lied zu singen. Sind dann keine sicheren Sänger/innen und ist kein Begleitinstrument vorhanden, erschwert es diese Situation.

Es ist wichtig bei der Vorbereitung der Frühschichten sicherzustellen, dass ein/e Musiker/in gefunden wird, die das Singen begleitet.

### **Lieder und Texte**

Das abgedruckte Mottolied, Bilder und Wortbeiträge sind ausschließlich für den gottesdienstlichen Gebrauch bestimmt. Grundsätzlich gilt: Die Lieder sind Vorschläge. Nicht alle Lieder werden euch bekannt sein; aber es schadet ja nichts, das eine oder andere Lied neu zu lernen. Ihr könnt aber auch die unbekannteren Lieder durch bekannte ersetzen.

An manchen Stellen werden auch mehrere Lieder genannt, da die Liedtradition in unseren Kirchen sehr unterschiedlich ist.

Die meisten Lieder sind dem Liederbuch "JuGoLo - Junges Gotteslob - Ein Segen sein" entnommen. Dieses Buch könnt ihr zum Sonderpreis bei uns erwerben.

### **Kopiervorlagen**

Gemeinsame Gebetstexte und Kopiervorlagen befinden sich am Ende dieses Heftes. Sie können für die Teilnehmer/innen in ausreichender Anzahl kopiert werden.

### **Gestaltung des Raums**

Die Auswahl und die Gestaltung des Raums in geeigneter Form sind sehr wichtig. Neben der zentralen Kerze können z.B. auch bunte Tücher und Naturmaterialien zum Einsatz kommen.

Für die Anordnung der Sitzplätze ist die Kreisform am besten geeignet. Aber auch hier gilt, wie bei der gesamten Raumgestaltung: Schaut, was für euren Raum und die Größe der teilnehmenden Gruppe am besten passt.

### **Aktions- und Textvarianten**

Um den verschiedenen Nutzergruppen der Frühschichten gerecht zu werden, gibt es an einigen Stellen Aktions- und Textvarianten. Je nach Gruppe kann man sich dann für eine der Varianten entscheiden oder sogar mehrere Aktionsvarianten kombinieren.

# 1. Fröhschicht: Aufstehen! Wozu eigentlich?

## Vorbereitung:

- ↙ Ausreichend Sitzmöglichkeiten in Kreisform stellen
- ↙ Den Raum nur schwach mit Kerzenlicht erleuchten
- ↙ Eine Kerze für die Mitte und Streichhölzer/Feuerzeug
- ↙ Liedblätter/Liederbücher
- ↙ Verteilen der Rollen der Sprecher/innen
- ↙ Beim Eintreffen der Teilnehmer/innen und bei der Aktion kann meditative Musik laufen (ggf. CD-Player und geeignete CD bereitstellen)
- ↙ Karten mit Sprüchen (Kopiervorlage Seite 42)
- ↙ Ein Wecker für den Mittelpunkt
- ↙ Kopien des Liedtextes "Kurz nach dem Aufstehen"
- ↙ Leere Kärtchen und Stifte für alle Teilnehmer/innen

*Die Karten mit den Sprüchen werden in die Mitte gelegt.*

- *Morgenstund hat Gold im Mund (Volksmund)*
- *Wer länger schläft bleibt auch gesund (Volksmund)*
- *Der frühe Vogel fängt den Wurm (Volksmund)*
- *Der frühe Vogel kann mich mal ... (Volksmund)*
- *Jeder Morgen ist ein neues Leben (Volksmund)*
- *Jedes Aufstehn ist eine kleine Geburt (Volksmund)*
- *Aufstehen für soziale Gerechtigkeit (Deutscher Gewerkschaftsbund)*
- *Was kann ein Tag bringen, der mit Aufstehen beginnt?! (www.aphorismen.de)*
- *Aufstehen, aufeinander zugehn (Clemens Bittlinger)*
- *Aufstehn oder Liegenbleiben das ist hier die Frage? (Volksmund)*
- *Steh auf, wenn du ... (Volksmund)*
- *Aufstehen ist für mich ... (Volksmund)*
- *Aufstehen mit dem Hahn um die Wette (Volksmund)*

*Diese Sammlung kann durch eigene Sprüche ergänzt werden!*

*Ein Wecker bildet den Mittelpunkt.*

## Begrüßung und Aktion

*Leiter/in*

Guten Morgen. Wir haben uns auf den Weg zu unserer ersten Fröhschicht in der Fastenzeit gemacht. Dazu mussten wir aber erst mal aufstehen. Vermutlich hat auch zu Hause der Wecker geklingelt und wir haben uns aufgemacht. Was habt ihr beim Aufstehen gedacht?

## 1. Fröhschicht: Aufstehen! Wozu eigentlich?

---

*Leiter/in*

Welcher der Sprüche auf den vorbereiteten Karten drückt diesen ersten Gedanken am besten aus? Zieht euch jetzt so eine Karte und lasst uns darüber austauschen, warum ihr diese Karte gewählt habt.

*Nachdem alle eine Karte ausgewählt haben, beginnt der Austausch.*

**Lied**

JuGoLo 16 Komm herein und nimm dir Zeit

**Einleitung**

*Sprecher/in 1*

Wir haben eben gehört, wie es jedem heute morgen ging beim aufstehen. Nicht alle sind eben fröhlich aufgesprungen, um in den neuen Tag, noch dazu so früh, zu starten. Manchmal gibt es Dinge, die uns motivieren, manchmal gibt es auch Hemmnisse. Oft sind es sogar scheinbar unüberbrückbare Hürden, die uns den Start in den Tag erschweren.

*Sprecher/in 2*

Das kann Müdigkeit sein, oder die bevorstehende Mathearbeit oder ein schwieriges Gespräch mit dem Chef oder einem Kollegen. Und manchmal wollen wir auch einfach nur liegen bleiben. Umso schöner ist es, dass ihr euch trotz aller Hemmnisse auf den Weg hierher gemacht habt.

*Leiter/in*

Gemeinsam wollen wir uns in dieser Fastenzeit dem Thema "Aufstehen zum Leben" stellen. Und so beginnen wir diese Fröhschicht im Zeichen von Tod und Auferstehung: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des heiligen Geistes. Amen.

*Liedtexte werden ausgeteilt.*

**Liedtext**

*Sprecher/in 3*

Kurz nach dem Aufstehen  
will ich eigentlich gar nicht  
mehr rausgehen  
wenn alle so aussehen



## 1. Frühschicht: Aufstehen! Wozu eigentlich?

---

Ich hab das Licht gerade erst angemacht  
einen Blick riskiert  
und kurz daran gedacht  
wie ich's auch dreh  
es will mir nicht gelingen  
den Tag und mich so früh zusammen zu bringen  
denn was ich für gewöhnlich mag  
beginnt gewöhnlich erst nach dem Tag

will ich eigentlich gar nicht  
mehr rausgehen  
wenn alle so aussehen

Ich hab mich noch ein paarmal weggedreht  
und will nicht wissen  
was den ganzen Rest bewegt  
wie ich's auch dreh  
es will mir nicht gelingen  
den Tag und mich so früh zusammenzubringen  
denn was ich für gewöhnlich mach  
beginnt gewöhnlich erst nach dem Tag

will ich eigentlich gar nicht  
mehr rausgehen  
wenn alle so aussehen

*Kurz nach dem Aufstehen, Echt*

### Variante

*Nach dem der Liedtext vorgelesen wurde, wird das Lied eingespielt. Danach kann je nach Gruppe eine Austauschrunde über das Lied erfolgen.*

### Gedanken zum Liedtext

*Sprecher/in 1*

Es fällt mir oft nicht leicht in einen neuen Tag zu starten. Ich weiß ja nicht was alles auf mich wartet. Wem begegne ich heute? Was erfahre ich, wenn ich den Radio oder das Fernsehen einschalte oder in der Zeitung lese? Aber ich muss mich trauen meine Augen auf zu machen, meine ganzen Sinne zu öffnen, um mich, meine Mitmenschen und meine Umwelt wahrzunehmen.

## 1. Frühschicht: Aufstehen! Wozu eigentlich?

---

### *Sprecher/in 2*

Ich will mein Leben in die Hand nehmen und mich nicht demotivieren lassen, sondern konstruktiv und optimistisch in den Tag gehen. Ich will wissen was andere bewegt und will bereit sein Verantwortung für andere zu übernehmen. Ich will aufstehen und rausgehen, um unserer Welt ein lebenswertes Gesicht zu geben.

### **Stille**

### **Bibeltext**

#### *Sprecher/in 3*

Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: Eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Abernten der Pflanzen, eine Zeit zum Töten und eine Zeit zum Heilen, eine Zeit zum Niederreißen und eine Zeit zum Bauen, eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz; eine Zeit zum Steinewerfen und eine Zeit zum Steinesammeln, eine Zeit zum Umarmen und eine Zeit, die Umarmung zu lösen, eine Zeit zum Suchen und eine Zeit zum Verlieren, eine Zeit zum Behalten und eine Zeit zum Wegwerfen, eine Zeit zum Zerreißen und eine Zeit zum Zusammennähen, eine Zeit zum Schweigen und eine Zeit zum Reden, eine Zeit zum Lieben und eine Zeit zum Hassen, eine Zeit für den Krieg und eine Zeit für den Frieden.

*Die Bibel, Einheitsübersetzung Koh 3, 1-8*

### **Vertiefung**

#### *Sprecher/in 1*

Und es gibt eine Zeit zum Liegenbleiben und eine Zeit zum Aufstehen. Eine Zeit sich hängen zu lassen und eine Zeit sich aufzurappeln. Es gibt eine Zeit an einer Stelle zu verharren und eine Zeit die Perspektive zu wechseln.

### **Aktion**

#### *Leiter/in*

Wir haben uns überlegt. Was passiert, wenn man nicht sitzen oder liegen bleibt. Welche Dinge nimmt man wahr, wenn man den Platz, die Perspektive wechselt. Das wollen wir jetzt mal ausprobieren. Bewegt euch zur Meditationsmusik langsam im Raum und sucht euch bewusst

## 1. Fröhschicht: Aufstehen! Wozu eigentlich?

---

Plätze, die ihr von eurem Sitzplatz aus nicht gesehen hättet. Was gibt es da Neues zu entdecken? Schreibt eure "Entdeckung" auf ein Blatt Papier und legt diese um den Wecker.

*Stifte und Blätter werden in die Mitte gelegt!*

*Je nach Gruppe kann sich hier eine Austauschrunde anschließen.*

### Lied

JuGoLo 3 Auf zu neuen Horizonten

### Überleitung

*Leiter/in*

Nur durch Aufstehen, Aufbruch kann ich Neues entdecken.

Hören wir kurz in uns hinein, was uns bewegt.

### Stille

*Leiter/in*

All unsere Gedanken, unser Lob und Dank, aber auch unsre Bitten und Sorgen wollen wir in das Gebet legen, das uns Jesus selbst gelehrt hat. Reichen wir uns die Hände und beten:

### Vater Unser

### Segen

*Sprecher/in 2*

Für dich

Für dich, mein Gott,  
will ich auf deinen Spuren gehen,  
nach deinen Weisungen handeln,  
an deinem Haus bauen.

Für die Welt, mein Gott,  
will ich auf deinen Spuren gehen,  
sehen, was sie braucht,  
tun, was ihre Not lindert.

Für dich, mein Gott und für die Welt  
will ich auf deinen Spuren gehen,

## 1. Fröhschicht: Aufstehen! Wozu eigentlich?

dir nahe,  
dem Nächsten ein Nächster.

*Fredi Bernatz*

*Leiter/in*

So segne uns,  
der Vater und der Sohn und der heilige Geist.  
Amen.

### **Lied**

JuGoLo 58 Weite Räume meinen Füßen

#### *Variante*

#### *Rauswerfer / Zum Geleit*

*Je nach Gruppe kann folgender Text den Abschluss der Fröhschicht oder die Überleitung zum Frühstück bilden. Achtung keine Jugendsprache!*

*Ich bin so knallvergnügt erwacht,  
ich klatsche meine Hüften.  
Das Wasser lockt. Die Seife lacht.  
Es düstet mich nach Lüften  
Ein schmuckes Laken macht einen Knicks  
und gratuliert mir zum Baden.  
Zwei schwarze Schuhe in blankem Wachs,  
betiteln mich "Euer Gnaden".  
Aus meiner tiefsten Seele zieht  
mit Nasenflügelbeben  
ein ungeheurer Appetit  
nach Frühstück und nach Leben.*

*Ringelnatz*

## 2. Fröhschicht: Aufstehen für andere

### Vorbereitung:

- ↳ Ausreichend Sitzmöglichkeiten in Kreisform stellen
- ↳ Den Raum nur schwach mit Kerzenlicht erleuchten
- ↳ Eine Kerze für die Mitte und Streichhölzer/Feuerzeug
- ↳ Liedblätter/Liederbücher
- ↳ Verteilen der Rollen der Sprecher/innen
- ↳ Beim Eintreffen der Teilnehmer/innen kann meditative Musik laufen (ggf. CD-Player und geeignete CD bereitstellen)
- ↳ Figuren und Stifte für Aktion (Kopiervorlage Seite 43)

### Begrüßung

*Leiter/in*

Ich begrüße euch herzlich zu unserer zweiten Fröhschicht in dieser Fastenzeit. Schön, dass ihr heute da seid! Wir beginnen diese Fröhschicht im Zeichen von Tod und Auferstehung: im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

### Lied

JuGoLo 18 Die Zeit zu beginnen

Blauer Anhang 34 Eines Tages kam einer

### Einleitung

*Sprecher/in 1*

Die große Überschrift über den Fröhschichten ist in diesem Jahr "Aufstehen zum Leben". Aufstehen, das heißt aktiv werden. Für sich und für andere. Wachsam sein. Seine Stimme erheben gegen Ungerechtigkeit. Sich einsetzen für Hilfsbedürftige. An Veränderung glauben. Aber warum eigentlich?

*Sprecher/in 2*

Die zweite Fröhschicht trägt den Titel "Aufstehen für andere". Hier wollen wir der Frage nachgehen, warum wir uns überhaupt für andere einsetzen sollen und warum es uns nicht egal sein kann, wenn Ungerechtigkeit herrscht.

### Hinführung

*Sprecher/in 3*

23. März 2013

Der LKW von Griechenland nach Deutschland ist seit 15 Stunden unterwegs. Vorne im Fahrerhaus sitzen die Schleuser. Hinten im LKW-Anhänger

## 2. Frühschicht: Aufstehen für andere

---

kauern dutzende Flüchtlinge aus Iran, Syrien und Afghanistan. Männer, Frauen, Kinder. Jeder hat seine eigene Geschichte, sein eigenes Schicksal.

Hamid ist einer von ihnen. Bei Izmir an der türkischen Westküste steigen die Flüchtlinge in ein viel zu kleines Boot. An der griechischen Küste warten schon die Schleuser. Seitdem sitzt er in diesem LKW. In seiner Heimat Afghanistan wüten Islamisten, Dörfer brennen, Bomben gehen nieder. Hamid muss fliehen, von Afghanistan bis in die Türkei. Das Ziel: München.

### Lied

JuGoLo 303 Gerechtigkeit bringt Frieden hervor  
Blauer Anhang 42 Gib uns Ohren, die hören (1. Teil)

*Sprecher/in 1*

27. März 2013

Hamids Fall wird in München bearbeitet. Er stellt offiziell seinen Asylantrag.

*Sprecher/in 2*

7. August 2013

Die Entscheidung über Hamids Asylantrag fällt. Das Bundesamt erkennt seine "begründete Furcht vor politischer Verfolgung" an und gewährt ihm Flüchtlingsschutz.

*Sprecher/in 3*

Im Jahr 2012 baten 7498 Flüchtlinge aus Afghanistan in Deutschland um Asyl. Nur in 39 Prozent der Fälle wurde ein Schutzstatus ausgesprochen. Hamid hat Glück: Wenn er aus Serbien geflohen wäre, hätte sein Antrag in Deutschland viel geringere Chancen gehabt. Von den 8477 Antragstellern aus dem Balkanland wurden im vergangenen Jahr nur drei Menschen oder 0,2 Prozent der Flüchtlingsstatus zugesprochen.

Hamid darf die nächsten drei Jahre in Deutschland leben und ein neues Leben beginnen. Danach wird sein Antrag automatisch nochmal geprüft und neu entschieden.

<http://asyl.ifp-kma.de/erklaerung-asylverfahren/>

### Lied

JuGoLo 303 Gerechtigkeit bringt Frieden hervor  
Blauer Anhang 42 Gib uns Ohren, die hören (2. Teil)

### **Bibeltext**

*Sprecher/in 1*

Ein Schriftgelehrter hatte ihrem Streit zugehört; und da er bemerkt hatte, wie treffend Jesus ihnen antwortete, ging er zu ihm hin und fragte ihn: Welches Gebot ist das erste von allen?

Jesus antwortete: Das erste ist: Höre, Israel, der Herr, unser Gott, ist der einzige Herr. Darum sollst du den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen und ganzer Seele, mit all deinen Gedanken und all deiner Kraft. Als zweites kommt hinzu: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. Kein anderes Gebot ist größer als diese beiden.

Da sagte der Schriftgelehrte zu ihm: Sehr gut, Meister! Ganz richtig hast du gesagt: Er allein ist der Herr, und es gibt keinen anderen außer ihm, und ihn mit ganzem Herzen, ganzem Verstand und ganzer Kraft zu lieben und den Nächsten zu lieben wie sich selbst, ist weit mehr als alle Brandopfer und anderen Opfer.

Jesus sah, dass er mit Verständnis geantwortet hatte, und sagte zu ihm: Du bist nicht fern vom Reich Gottes.

Und keiner wagte mehr, Jesus eine Frage zu stellen.

*Die Bibel, Einheitsübersetzung, Mk 12,28-34*

### **Stille**

#### **Gedanken zum Bibeltext**

*Sprecher/in 2*

Liebe deinen Nächsten, sagt Jesus. Lieben, das heißt: wahrnehmen, respektieren, gern haben, helfen, tolerieren, glücklich machen.

*Sprecher/in 3*

Liebe deinen Nächsten, sagt Jesus. Deine Nächsten, das sind: deine Freundinnen, deine Nachbarn, deine Familie, deine Mitschülerinnen, deine Sitznachbarn im Bus, deine Mitmenschen. Mitmenschen, das sind auch: Fremde, Schwache, Ausgestoßene, Vertriebene. Auch das sind deine Nächsten. Auch sie sollst du lieben.

### **Stille**

#### **Impuls**

*Sprecher/in 1*

Ich stehe auf für mehr Gerechtigkeit.

Denn da, wo Ungerechtigkeit herrscht, entstehen Kriege. In Kriegen wer-

## 2. Fröhschicht: Aufstehen für andere

---

den Menschen verletzt und getötet. Und die, die überleben, verlieren alles. Meistens werden sie vertrieben oder fliehen freiwillig. Familien werden auseinandergerissen. Menschen werden heimatlos. Das hat nichts mit Nächstenliebe zu tun.

*Sprecher/in 2*

Ich stehe auf für mehr Respekt.

Denn da, wo Respekt herrscht, gehen Menschen besser miteinander um. Sie nehmen ihre Mitmenschen als Menschen wahr, achten auf sie, respektieren sie, auch in ihrer Andersartigkeit.

Das hat was mit Nächstenliebe zu tun.

*Sprecher/in 3*

Ich stehe auf für mehr Toleranz.

Denn da, wo Menschen nicht toleriert werden, wollen sie auch nicht bleiben. Auf der ganzen Welt sind so viele Menschen auf der Flucht, weil sie kein Zuhause mehr haben. Und woanders sind sie oft nicht willkommen, weil dort Vorurteile herrschen.

Das hat nichts mit Nächstenliebe zu tun.

*Sprecher/in 1*

Ich stehe auf für Menschlichkeit.

Denn meine Nächsten, das sind nicht nur meine Familie und meine Freunde. Meine Nächsten, das sind alle Menschen. Und die soll ich lieben.

*Sprecher/in 2*

Ich stehe auf für Nächstenliebe.

Denn eine Welt voller Gerechtigkeit, Respekt, Toleranz und Menschlichkeit, eine Welt voller Nächstenliebe ist eine bessere Welt.

### **Aktion**

*Sprecher/in 3*

Auch wir wollen jetzt für etwas aufstehen.

Hier liegen Figuren bereit. Ich lade euch ein, euch eine Figur zu nehmen und sie hier in der Mitte aufzustellen. Macht euch dabei Gedanken, für wen oder was ihr sie aufstellen wollt. Wer möchte, kann es auch gerne dazu sagen.

Für wen oder für was willst du heute aufstehen?

*Figuren werden in der Mitte des Kreises gelegt.*



### Stille

#### Überleitung

*Leiter/in*

Wir wollen uns jetzt die Hände reichen und uns verbinden. In dieser Verbundenheit untereinander und mit Gott wollen wir unsere Bitten, unser Lob und unseren Dank mit hinein nehmen in das Gebet, das Jesus uns gelehrt hat.

### Vater unser

#### Segen

*Leiter/in*

Fasst die Hände der Menschen zu beiden Seiten.

### Stille

*Leiter/in*

Geht hin im Namen der Lebendigen, fürsorgenden Gottheit, die uns ihren Atem schenkt.

Geht hin, um euch dem entgegenzustellen,  
was das Leben von Kindern, Frauen und Männern versklavt.

Geht hin, um euch daran zu freuen,  
dass wir einander haben,

geht hin, um das Neue Leben aus Gottes Geist zu feiern.

Amen.

### Lied

JuGoLo 391 Möge Gott deinen Weg begleiten

### 3. Frühschicht: Aufstehen für mich

#### Vorbereitung:

- ↪ Ausreichend Sitzmöglichkeiten in Kreisform stellen
- ↪ Den Raum nur schwach mit Kerzenlicht erleuchten
- ↪ Eine Kerze für die Mitte und Streichhölzer/Feuerzeug
- ↪ Liedblätter/Liederbücher
- ↪ Verteilen der Rollen der Sprecher/innen
- ↪ Beim Eintreffen der Teilnehmer/innen kann meditative Musik laufen (ggf. CD-Player und geeignete CD bereitstellen)
- ↪ Ausreichend Zettel und Stifte für die 1. Aktion
- ↪ Für jede/n Teilnehmer/in ca. 50 cm Seil für die 2. Aktion

#### Begrüßung

##### *Leiter/in*

Guten Morgen, schön dass ihr da seid. Ich begrüße euch ganz herzlich zu unserer Frühschicht mitten in der Fastenzeit. Wir haben uns auf den Weg gemacht, um gemeinsam in diesen Tag zu starten. So beginnen wir diese Frühschicht im Zeichen von Tod und Auferstehung: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

#### Lied

JuGoLo 67 Der Müden Kraft

##### *Sprecher/in 1*

Es gibt Tage, an denen wir überlegen, ob wir aufstehen sollen. Es gibt Tage, an denen wir überlegen, ob wir für Andere aufstehen sollen.

##### *Sprecher/in 2*

Aufzustehen, um an Andere zu denken, ist bei vielen Menschen ein Automatismus. Wir stehen auf, um für unsere Familie, Freunde und sogar für Fremde da zu sein. Doch gibt es auch Tage, an denen man für sich selbst aufstehen muss. An denen wir einfach mal zuerst an uns denken sollen, ohne dabei egoistisch zu sein. Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.

##### *Sprecher/in 3*

Es gibt Aufgaben im Leben, die wir nur zusammen meistern können und somit es sich lohnt für andere aufzustehen. Aber manchmal haben wir Entscheidungen zu treffen oder es geht einem einfach mal nicht so gut und wir müssen genau an diesen Tagen für uns selbst aufstehen.

### 3. Frühschicht: Aufstehen für mich

---

#### **Geschichte**

*Sprecher/in 1*

Der Blinde und der Lahme

Ein Blinder irrt orientierungslos durch den Wald. Plötzlich stolpert er über etwas am Boden und fällt der Länge nach hin. Als der Blinde auf dem Waldboden herumtastet, entdeckt er, dass er über einen Mann gefallen ist, der am Boden kauert. Dieser Mann ist ein Lahmer, der nicht laufen kann.

Die beiden beginnen ein Gespräch miteinander und klagen sich gegenseitig ihr Schicksal.

"Ich irre schon seit ich denken kann in diesem Wald herum und finde nicht wieder heraus, weil ich nichts sehen kann." ruft der Blinde aus.

Der Lahme sagt: "Ich liege schon, seit ich denken kann, am Boden und komme nicht aus dem Wald heraus, weil ich nicht aufstehen kann."

Und während sie sich so unterhalten, ruft der Lahme plötzlich aus: "Ich hab's! Du nimmst mich auf den Rücken, und ich werde dir sagen, in welche Richtung du gehen musst. Zusammen können wir aus dem Wald herausfinden."

#### **Stille**

#### **Gedanken zur Geschichte**

*Sprecher/in 2*

Auch wir irren manchmal, wie der blinde Mann in der Geschichte, durch unser Leben oder kommen nicht voran wie der Lahme.

Dabei liegt die Lösung darin, zu erkennen, dass wir nicht alles alleine schaffen können.

Im Alltag ist diese Situation uns eigentlich klar: Wenn wir einen neuen Tisch brauchen oder ein neues Kleidungsstück, dann würden wir nicht auf die Idee kommen, das Kleidungsstück, beispielweise eine Jeans, oder den Tisch selbst herzustellen. Nein, wir wenden uns an andere Menschen, die Ahnung davon haben.

An solche Situationen sollten wir denken, wenn wir in wirklich großer Not oder einer misslichen Lage sind und nicht mehr weiter wissen. Wir sollten um Hilfe bitten, wenn das jeweilige Problem sich nicht alleine lösen lässt.

#### **Stille**

### 3. Frühschicht: Aufstehen für mich

---

#### **Aktion**

*Leiter/in*

Wo brauche ich Hilfe in meinem Leben? Was schaffe ich in meinem Leben nicht alleine? Nehmen wir uns etwas Zeit und denken über diese zwei Fragen nach. Wer mag kann sich auch einen Zettel und einen Stift aus der Mitte nehmen und seine Gedanken aufschreiben.

*Während der Aktion kann meditative Musik laufen.*

*Je nach Gruppe kann sich hier ein Austausch anschließen. Da es sich um sehr persönliche Fragen handelt, sollte nur darüber gesprochen werden, ob es den Teilnehmer/innen leicht oder schwer gefallen ist.*

#### **Vertiefung**

*Sprecher/in 3*

Wenn ich mich selbst nicht...

Wenn ich mich selbst nicht ausstehen kann,  
kann ich andere nicht ertragen.

Wenn ich mich selbst nicht akzeptieren kann,  
kann ich andere nicht annehmen.

Wenn ich zu mir selbst nicht "ja" sagen kann,  
kann ich andere nicht bejahen.

Wenn ich mich selbst nicht leiden kann,  
kann ich andere nicht mögen.

Wenn ich mich selbst nicht lieben kann,  
kann ich mich anderen nicht liebevoll zuwenden.

Herr,  
ich kann meinen Nächsten nicht lieben  
wie mich selbst,  
wenn ich mich selbst nicht...

*Petrus Ceelen & Carlo Caretto*

### 3. Fröhschicht: Aufstehen für mich

---

#### Lied

JuGoLo 397 Von allen Seiten

#### Bibeltext

*Sprecher/in 1*

Sie kamen nach Jericho. Als er mit seinen Jüngern und einer großen Menschenmenge Jericho wieder verließ, saß an der Straße ein blinder Bettler, Bartimäus, der Sohn des Timäus. Sobald er hörte, dass es Jesus von Nazaret war, rief er laut: Sohn Davids, Jesus, hab Erbarmen mit mir! Viele wurden ärgerlich und befahlen ihm zu schweigen. Er aber schrie noch viel lauter: Sohn Davids, hab Erbarmen mit mir!

Jesus blieb stehen und sagte: Ruft ihn her! Sie riefen den Blinden und sagten zu ihm: Hab nur Mut, steh auf, er ruft dich. Da warf er seinen Mantel weg, sprang auf und lief auf Jesus zu. Und Jesus fragte ihn: Was soll ich dir tun? Der Blinde antwortete: Rabbuni, ich möchte wieder sehen können. Da sagte Jesus zu ihm: Geh! Dein Glaube hat dir geholfen. Im gleichen Augenblick konnte er wieder sehen, und er folgte Jesus auf seinem Weg.

*Die Bibel, Einheitsübersetzung Mk 10,46-52*

#### Gedanken zum Bibeltext

*Sprecher/in 2*

Voller Mut ergreift Bartimäus seine Chance und ruft nach Jesus. Er lässt sich auch nicht von anderen abhalten und mundtot machen. Jesus hat das Leben von vielen Menschen schon verändert, er hat Menschen bekehrt und geheilt.

Bartimäus will heraus aus seinem Leben und ruft immer lauter. Und Jesus nimmt ihn wahr und ruft ihn zu sich. Einige Menschen sprechen Bartimäus Mut zu und er geht zu Jesus.

Und Jesus verändert sein Leben, Jesus heilt Bartimäus. Und Bartimäus ändert sein Leben und folgt Jesus auf seinem Weg. Jetzt beginnt ein neues Leben für Bartimäus, indem er für andere da sein kann.

#### Stille

*Sprecher/in 3*

Vor jedem Abflug erfolgt eine Sicherheitsbelehrung, da heißt es unter anderem. Bei Druckabfall fallen Atemmasken von der Decke. Bitte ziehen Sie erst ihre Atemmaske über Nase und Mund und helfen sie erst danach Kindern und anderen die Maske anzulegen. Soweit die Belehrung.

### 3. Frühschicht: Aufstehen für mich

---

#### *Sprecher/in 1*

Nur wenn ich mich erst um mein Leben kümmerge, kann ich mich um andere kümmern. Würde ich anders handeln, wäre mein Leben und das Leben der anderen in Gefahr.

#### **Stille**

#### **Aktion**

##### *Leiter/in*

Nicht alles können wir in unserem Leben alleine. Es gibt Menschen die mein Leben unterstützen, Menschen die für mich da sind.

*Jede/r Teilnehmer/in erhält ein Stück Schnur.*

Ich lade euch ein für jeden Menschen der euch schon unterstützt hat oder für euch da war einen Knoten zu machen.

*Bei der Aktion kann meditative Musik laufen.*

#### **Stille**

#### **Gebet**

##### *Sprecher/in 2*

Guter Gott,  
ich bin nicht allein,  
viele Menschen gehen mit mir meine Wege,  
sind für mich da, wenn ich sie brauche.  
Und wenn ich einmal ganz alleine bin,  
weiß ich, dass du bei mir bist.  
Und wenn ich nicht mehr weiter kann,  
weiß ich, du bist da und trägst mich.  
Und sogar wenn mein Leben zu Ende geht,  
weiß ich, du schenkst mir neues Leben.  
Amen.

#### **Stille**

#### **Überleitung**

##### *Leiter/in*

Ich lade euch ein, nachzuspüren was euch jetzt gerade bewegt.

### 3. Frühschicht: Aufstehen für mich

---

#### Stille

*Leiter/in*

All unsere Gedanken, unser Lob und Dank, aber auch unsre Bitten und Sorgen wollen wir in das Gebet legen, das uns Jesus selbst gelehrt hat. Reichen wir uns die Hände und beten:

#### Vater Unser

#### Segen

*Sprecher/in 3*

*Was ich auch tue:*

*Ich schreie, ich kreische, ich weine, ich fliehe.*

*Ich fürchte, ich freue, ich hasse, ich liebe.*

*Ich schwächle, ich strauchle, ich stolpre, ich knie.*

*Ich wachse, ich stehe, ich laufe, ich fliege.*

*Ich spüre, ich rieche, ich fühle, ich sehe.*

*Ich schöpfe, ich mache, ich tue, ich gehe.*

*Und ich frage:*

*Was sagt mir Gott?*

*Ich höre nicht's, ich sehe nicht's.*

*Aber ich weiß:*

*Er ist da.*

*Mirjam Fries*

#### Lied

JuGoLo 375 Sei behütet Tag und Nacht

## 4. Fröhschicht: Aufstehen für mehr Toleranz

### Vorbereitung:

- ↳ Ausreichend Sitzmöglichkeiten in Kreisform stellen
- ↳ Den Raum nur schwach mit Kerzenlicht erleuchten
- ↳ Eine Kerze und ein Tuch in Regenbogenfarben für die Mitte
- ↳ Liedblätter/Liederbücher
- ↳ Verteilen der Rollen der Sprecher/innen
- ↳ Beim Eintreffen der Teilnehmer/innen kann meditative Musik laufen (ggf. CD-Player und geeignete CD bereitstellen)
- ↳ Ausreichend frankierte und adressierte Postkarten und Stifte für alle Teilnehmer/innen bereit legen (Adressiert an Asylbewerberheime oder Flüchtlingsunterkünfte in der näheren Umgebung)

### Begrüßung

*Leiter/in*

Herzlich willkommen. Auch in unserer heutigen Fröhschicht geht es ums Aufstehen. Ums Aufstehen für mehr Toleranz und Anerkennung. Stehen wir doch heute tatsächlich einmal auf und gehen aufeinander zu und grüßen uns mit einem freundlichen Wort. Wenn wir wieder an unserm Platz sind, setzen wir uns wieder.

*Alle stehen auf und begrüßen sich.*

*Leiter/in*

Gottes Friede möge uns durch diese Fröhschicht geleiten. Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.  
Zu Beginn entzünden wir die Friedenskerze.

*Kerze in der Mitte wird entzündet!*

Lied

JuGoLo 669 Der Hoffnung Gesicht  
alt. Aufstehen, aufeinander zugehen

### Hinführung

*Sprecher/in 1*

Toleranz ist oft nur ein Wort, dem kaum Bedeutung zukommt. Oft scheinen Toleranz und Wertschätzung keinen Platz in unserer Welt, in unserem Alltag zu haben. Deshalb wollen wir die Toleranz heute zu Wort kommen lassen! Wir schauen oft auf die Regierenden, die Verantwortungsträger/in-



## 4. Fröhschicht: Aufstehen für mehr Toleranz

---

nen, die Entscheider/innen unserer Erde. Wir hoffen, dass sie ihren Einfluss geltend machen, dass Toleranz kein Wort, sondern eine Lebenseinstellung ist.

### *Sprecher/in 2*

Wie oft scheitern unsere Versuche kläglich, wenn wir Frieden schaffen wollen. Wir sehen dies in den Nachrichten immer wieder. Wir spüren dies in unserem Alltag, auf Schulhöfen und in Fußgängerzonen. Zu sehr sind wir Gefangene der Sicherheit, die auf militärische Stärke setzt. Andere, die eben anders sind, werden so ausgrenzt, abgestempelt, sogar kriminalisiert.

### **Stille**

### **Bibeltext**

#### *Sprecher/in 3*

Ganz anders redet da z.B. Paulus in seinem Brief an die Galater. Hier ist nicht Jude noch Grieche, hier ist nicht Sklave noch Freier, hier ist nicht Mann noch Frau; denn ihr seid allesamt einer in Christus Jesus.

*Die Bibel, Einheitsüberetzung Gal 3, 28*

### **Gedanken zum Bibeltext**

#### *Sprecher/in 1*

Würde Paulus heute leben, wären seine Beispiele vielleicht diese: Hier sind weder Deutsche noch Flüchtlinge, weder Europäer noch Asylbewerber, weder Jugendliche noch alt Gewordene; denn ihr gehört alle zusammen in Jesus Christus.

### **Kurze Stille**

### **Vertiefung**

#### *Sprecher/in 2*

Dietrich Bonhoeffer:

Wer bin ich?

Wer bin ich? Sie sagen mir oft,

ich träte aus meiner Zelle

gelassen und heiter und fest

wie ein Gutsherr aus seinem Schloß.

## 4. Frühschicht: Aufstehen für mehr Toleranz

---

### *Sprecher/in 1*

Wer bin ich? Sie sagen mir oft,  
ich spräche mit meinen Bewachern  
frei und freundlich und klar,  
als hätte ich zu gebieten.

### *Sprecher/in 2*

Wer bin ich? Sie sagen mir auch,  
ich trüge die Tage des Unglücks  
gleichmütig, lächelnd und stolz,  
wie einer, der Siegen gewohnt ist.

### *Sprecher/in 3*

Bin ich das wirklich, was andere von mir sagen?  
Oder bin ich nur das, was ich selbst von mir weiß?  
Unruhig, sehnsüchtig, krank, wie ein Vogel im Käfig,  
ringend nach Lebensatem, als würgte mir einer die Kehle,  
hungernd nach Farben, nach Blumen, nach Vogelstimmen,  
dürstend nach guten Worten, nach menschlicher Nähe,  
zitternd vor Zorn über Willkür und kleinlichste Kränkung,  
umhergetrieben vom Warten auf große Dinge,  
ohnmächtig bangend um Freunde in endloser Ferne,  
müde und zu leer zum Beten, zum Denken, zum Schaffen,  
matt und bereit, von allem Abschied zu nehmen?  
Wer bin ich? Der oder jener?  
Bin ich denn heute dieser und morgen ein anderer?  
Bin ich beides zugleich? Vor Menschen ein Heuchler  
und vor mir selbst ein verächtlich wehleidiger Schwächling?  
Oder gleicht, was in mir noch ist, dem geschlagenen Heer,  
das in Unordnung weicht vor schon gewonnenem Sieg?

### *Sprecher/in 1*

Wer bin ich? Einsames Fragen treibt mit mir Spott.  
Wer ich auch bin, Du kennst mich, Dein bin ich, o Gott!

*Dietrich Bonhoeffer*

**Stille**

## 4. Fröhschicht: Aufstehen für mehr Toleranz

---

### **Impuls**

#### *Sprecher/in 2*

Toleranz heißt doch irgendwo sich mit Dingen auseinanderzusetzen, die wir erst einmal nicht kennen. Die wir nicht bedacht haben. Denen wir vielleicht auch irgendwie etwas ablehnend gegenüberstehen. Und es heißt doch auch so viel, wie das ich nicht der Mittelpunkt bin, sondern dass wir alle zusammen um die Mitte des Lebens kreisen. Dort steht für Christen Gott.

#### *Sprecher/in 3*

Tolerant sein bedeutet ja irgendwie auch über sich selbst nachzudenken, vielleicht auch einen Teil von sich aufzugeben, um auf Andere zugehen zu können. Mein Gegenüber nicht zu übersehen, sondern in den Blick zu nehmen. Für den einen, die andere ist das ziemlich schwierig. Wer denkt schon gerne über sich nach. Wer stellt sich schon gerne mal in Frage. Wir sind - oder wollen es doch zumindest sein - taff und cool.

#### *Sprecher/in 1*

Intoleranz mischt sich heute mit rechtem Gedankengut. Mit nationalistischen Ideen und dem "Bewahren angestammter Traditionen". Wer anders ist hat's oft schwer. Ängste und Vorurteile werden geschürt. Von "den Anderen" wird oft gesprochen wie von Feinden. In der Politik. In den Medien. Auf unseren Schulhöfen und in den Fußgängerzonen.

#### *Sprecher/in 2*

Mitten hier hinein kommen sie, die Anderen. Menschen, die ihr altes Leben, ihren Besitz und Freunde hinter sich lassen mussten. Die gehasst und vertrieben wurden. Die oft nur ihr Leben vor einem Krieg retten konnten. Sie kommen hierher zu uns, weil sie sonst keinen sicheren Platz haben. Sie kommen hierher und sind oft schon unwillkommen, bevor sie überhaupt richtig hier sind. Unsere Ängste und Vorurteile grenzen sie aus. Wir sehen nur, was wir meinen verlieren zu können, und nicht, was wir gewinnen könnten.

Neue Blickwinkel auf das Leben, auf sich selbst!

Fremde Kulturen! - Oder wer würde gerne auf Kaffee, Tee, Döner, Schokolade verzichten?

Neue Freunde

## 4. Fröhschicht: Aufstehen für mehr Toleranz

---

### **Aktion**

*Leiter/in*

Wir haben frankierte Postkarten vorbereitet. Sie tragen ein Motiv auf der einen Seite. Sie sind an Asylbewerberheime (Flüchtlingsunterkünfte) hier in der Region adressiert. Auf der Rückseite ist etwas Platz für einen Willkommensgruß.

Wir bitten euch, so eine Postkarte zu nehmen und euren persönlichen Willkommensgruß zu schreiben. Wenn ihr mögt, könnt ihr eure Adresse für eine mögliche Antwort dazu schreiben. Wenn nicht, schreibt doch die Adresse unserer Schule/Gemeinde darauf und werft die Postkarten später in den Briefkasten (oder lasst sie hier, dann erledigen wir das).

### **Lied**

JuGoLo 84 Meine engen Grenzen  
alt. Da wohnt ein Sehnen tief in uns

### **Fürbitten**

*Sprecher/in 3*

Gott, wir alle sind deine Menschenkinder,  
egal wo wir her kommen, egal wohin wir gehen,  
egal ob wir Mann oder Frau, jung oder alt,  
egal wen wir lieben, du liebst uns,  
du bist unser Gott und wir sind deine Menschen.

*Sprecher/in 1*

Gott, dich bitten wir, hilf uns auf Andere zuzugehen,  
so wie du auf uns zugehst. Mit offenen Armen und ohne Vorurteile.  
Wir bitten dich, hilf uns aufzustehen für die, die in unserer Mitte ausgegrenzt werden. Gib uns den Mut, für sie einzustehen.  
Wir bitte dich, hilf uns allen, die Mauern der falschen Sicherheiten einzureißen, die uns gefangen nehmen und voneinander trennen.  
Bei dir spielen Unterschiede keine Rolle. Denn vor dir sind wir alle gleich.  
Vor dir sind wir alle eins. Amen.

### **Überleitung**

*Leiter/in*

Gemeinsam beten wir mit den Worten, die Jesus Christus uns gelehrt hat.

### **Vater Unser**

## 4. Frühschicht: Aufstehen für mehr Toleranz

---

### Segen

*Leiter/in*

Lasst uns nun alle aufstehen, im Kreis beieinander die Hände reichen und Gott um seinen Segen bitten.

*Alle stehen auf und reichen einander die Hände.*

*Sprecher/in 3*

Gott segne uns, wenn wir aufeinander zugehen.

Gott segne uns, wenn wir uns die Hände reichen.

Gott segne uns, wenn wir Gräben überwinden und Brücken bauen.

Amen.

### Lied

JuGoLo 381 Möge die Straße uns zusammenführen

Blauer Anhang 71 Irischer Reisesegen.

## 5. Frühschicht: Aufstehen für mehr Frieden

### Vorbereitung:

- ↪ Ausreichend Sitzmöglichkeiten in Kreisform stellen
- ↪ Den Raum nur schwach mit Kerzenlicht erleuchten
- ↪ Eine Kerze für die Mitte und Streichhölzer/Feuerzeug
- ↪ Liedblätter/Liederbücher
- ↪ Verteilen der Rollen der Sprecher/innen
- ↪ Beim Eintreffen der Teilnehmer/innen kann meditative Musik laufen (ggf. CD-Player und geeignete CD bereitstellen)
- ↪ weiße Din A4-Blätter mit je einem Buchstaben des Alphabets
- ↪ mindestens 26 Teelichter und für jeden Teilnehmer/jede Teilnehmerin einen Stift

### Begrüßung

*Leiter/in*

Herzlich willkommen zur 5. Frühschicht. Schön, dass Ihr heute Morgen so früh gekommen seid. Wir wollen heute Aufstehen für mehr Frieden in unserer Welt. Kriegerische Konflikte wie in Syrien oder Ukraine rücken immer stärker in unsere Alltagswelt. Flüchtlinge aus Bürgerkriegsregionen, Menschen die vor Terror oder bitterer Armut bei uns Schutz suchen, erinnern uns daran, dass der Frieden in vielen Gegenden der Welt nur ein Traum ist. Doch auch bei uns spüren wir, wie sich Unfrieden breit macht. Gewalt in den Fußballstadien oder auf offener Straße gehören zu unserem Alltagsbild. Wir wollen uns heute Gedanken machen und aufstehen für mehr Frieden in der Welt.

Wir tun dies im Namen Gottes, der Mensch geworden ist, um der Welt Frieden zu bringen. Amen

### Lied

JuGoLo 676 Mit der Erde kannst du spielen  
EG 659 Die Erde ist des Herrn

### Hinführung

*Leiter/in*

"Selig sind diejenigen, die Frieden stiften", hat Jesus vor 2000 Jahren in seiner berühmten Rede auf dem Berg gesagt. Die Verantwortung für den Frieden ist uns Christen ins Stammbuch geschrieben und nicht nur für Christinnen und Christen ist die Sehnsucht nach Frieden ein uralter Menschheitstraum. Aber dennoch gelingt es so selten, dauerhaften Frieden unter Menschen zu schaffen. Unzählige Konflikte brachten trotz der Bergpredigt den Menschen immer wieder Leid, Zerstörung und Tod. Bis heute.

## 5. Fröhschicht: Aufstehen für mehr Frieden

---

### **Aktion**

*Leiter/in*

Wir wollen heute Morgen dankbar sein für die lange Zeit des Friedens, die wir in Europa erleben dürfen. Wir wollen uns bewusst werden, dass Frieden keine Selbstverständlichkeit ist. Und wir wollen sensibel werden für Menschen, die unter Unfrieden leiden, weltweit und vor unsere Haustür. Unfrieden hat viele Gesichter. Er ist mehr als nur die Abwesenheit von Krieg oder physischer Gewalt. Vor euch auf dem Boden seht Ihr die Buchstaben des Alphabets. Ich bitte euch für den Buchstaben ein Wort zu finden, was in euren Augen "Unfrieden" alles bedeuten kann. Ihr nehmt euch bitte einen Stift und schreibt eurem Begriff auf das Blatt mit dem jeweiligen Anfangsbuchstaben. Es können mehrere Wörter auf einem Blatt stehen. Wir tun dies so lange, bis auf jedem Blatt mindestens ein Begriff steht. Aktion beginnt, dazu Musik vom Band laufen lassen.

### **Lied**

JuGoLo 327 / EG 665 Unfriede herrscht auf der Erde

### **Vertiefung**

*Sprecher/in 1*

Es ist schwer für den Frieden aufzustehen, wenn es so viele Erfahrungen gibt, die einem wieder in die Knie zwingen.

*Sprecher/in 2*

Es ist niederdrückend, wie viele Menschen in der Politik sich um Frieden zwischen Ländern und Völkern bemühen, aber der Gewalt keinen Einhalt geben können.

*Sprecher/in 3*

Oft bleibt uns nur die Opfer von Gewalt zu verbinden, anstatt dem Rad des Unfriedens in Speichen zu fallen.

*Sprecher/in 1*

Doch wir wollen die Hoffnung nicht aufgeben, dass Frieden möglich ist. Darum beten wir mit den Worten des Franz von Assisi.

*Sprecher/in 2 und 3 im Wechsel*

2 O Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,  
3 dass ich Liebe übe, wo man sich hasst,  
2 dass ich verzeihe, wo man sich beleidigt,  
3 dass ich verbinde, da wo Streit ist,

## 5. Fröhschicht: Aufstehen für mehr Frieden

- 2 dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum herrscht,  
3 dass ich den Glauben bringe, wo Zweifel drückt,  
2 dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält,  
3 dass ich ein Licht anzünde, wo Finsternis regiert,  
2 dass ich Freude bringe, wo Kummer wohnt.  
3 Herr, lass mich trachten, nicht, dass ich getröstet werde,  
sondern dass ich tröste,  
2 nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe,  
3 nicht, dass ich geliebt werde, sondern dass ich liebe.  
2 Denn wer hingibt, der empfängt,  
3 wer sich selbst vergisst, der findet,  
2 wer verzeiht, dem wird verziehen,  
3 und wer da stirbt, der erwacht zum ewigen Leben.  
2+3 Amen

### Stille

#### Bibeltext

##### *Sprecher 1 und 2 im Wechsel*

- 1 Als Jesus die vielen Menschen sah, stieg er auf einen Berg.  
Er setzte sich, und seine Jünger traten zu ihm.  
2 Dann begann er zu reden und lehrte sie.  
1 Er sagte: Selig, die arm sind vor Gott;  
denn ihnen gehört das Himmelreich.  
2 Selig die Trauernden; denn sie werden getröstet werden.  
1 Selig, die keine Gewalt anwenden;  
denn sie werden das Land erben.  
2 Selig, die hungern und dürsten nach der Gerechtigkeit;  
denn sie werden satt werden.  
1 Selig die Barmherzigen; denn sie werden Erbarmen finden.  
2 Selig, die ein reines Herz haben; denn sie werden Gott schauen.  
1 Selig, die Frieden stiften;  
denn sie werden Söhne Gottes genannt werden.  
2 Selig, die um der Gerechtigkeit willen verfolgt werden;  
denn ihnen gehört das Himmelreich.  
1 Selig seid ihr, wenn ihr um meinetwillen beschimpft und verfolgt  
und auf alle mögliche Weise verleumdet werdet.

*Die Bibel, Einheitsübersetzung Mt 9, 1-12*



### Gedanken zum Bibeltext

#### *Sprecher/in 3*

"Wann ist denn endlich Frieden in dieser irren Zeit?" Der Wunsch Wolf Biermanns war zum Greifen nahe als 1989 der Eiserne Vorhang fiel. Endlich vorbei der Kalte Krieg, das Drohpotential eines hundertfachen atomaren Overkills, das Wettrüsten, das Gleichgewicht des Schreckens. Greifbar nahe war die Vision eines Friedens ohne Waffen, die auch die kirchliche Jugend der 80er Jahre bewegt hat. Doch die Geschichte hat es anders gewollt. Immer wieder werden wir mit Nachrichten konfrontiert, wie unfriedlich unsere Welt noch ist. Nicht nur die kriegerischen Konflikte erschrecken uns, sondern auch die Nachrichten über soziale Ungerechtigkeit, Hunger, Vertreibung und Armut.

#### *Sprecher/in 1*

Blicken wir auf unser biblisches Fundament, sehen wir, dass der Frieden zentrales Thema der Bibel und damit der Kirche ist. Das Bemühen um einen allumfassenden Frieden ist Christinnen und Christen in der ganzen Welt aufgetragen. Im Zentrum steht dabei die Friedensethik im neuen Testament, die Jesus in der Bergpredigt auf den Punkt bringt: Er legt die Wurzeln von Gewalt und Unfrieden frei und durchbricht mit seinem Gebot der Feindesliebe die Spirale von Gewalt und Gegengewalt. Statt "Auge um Auge, Zahn um Zahn" heißt es "Liebet eure Feinde und tut wohl denen, die euch hassen". In der Ethik der Bergpredigt hat die Gewaltlosigkeit absoluten Vorrang, auch im Wissen um die Grenzen der Menschen, Frieden zu üben und zu bewahren.

#### *Sprecher/in 2*

Die Verantwortung für den Frieden ist uns in doppelter Weise ans Herz gelegt: Der Friede ist Gabe und Aufgabe, die von Gottes Handeln herrühren. Auch wenn der endgültige und allumfassende Frieden erst beim Kommen des Reiches Gottes Wirklichkeit wird, ist ein gelebter und gelungener Frieden in dieser Welt möglich. Zum anderen ist christliches Friedenshandeln Ausdruck des Mitgefühls und der Solidarität mit den Opfern von Krieg, Gewalt und Unterdrückung. Dabei gilt es - wie es Bonhoeffer sagt - nicht nur die Opfer zu verbinden, sondern den Strukturen von Gewalt Einhalt zu gebieten, die Opfer hervorbringen.

#### *Sprecher/in 3*

Auch wenn viele Fragen nach Frieden und Gerechtigkeit unserer komplizierter gewordenen Welt nicht eindeutig beantwortet werden können,

## 5. Frühschicht: Aufstehen für mehr Frieden

---

bleibt das Eintreten für den Frieden Gottes in dieser Welt Kernaufgabe junger Christinnen und Christen. Schalom.

### Lied

JuGoLo 671 Singt Gott

EG 425 Gib uns Frieden jeden Tag

### Fürbittenaktion

*Leiter/in*

Wir haben zu Beginn das Alphabet des Unfriedens erstellt. Jedes Wort steht für eine Situation unter denen Menschen heute leiden und die nach dem Willen unseres Gottes, der ein Gott des Friedens ist, nicht sein darf. Wir wollen an diese Menschen denken und für sie beten. Ich bitte euch, dass sich jeder und jede nacheinander ein Teelicht nimmt, es an der großen Kerze anzündet und auf ein Blatt des Alphabets stellt. Wer möchte, kann dazu eine Fürbitte für die Menschen sprechen, die unter der genannten Situation leiden. Wir tun dies so lange, bis auf jedem Buchstaben und jedem Begriff des Alphabets ein Teelicht brennt.

### Stille

*Leiter/in*

Barmherziger Gott,

wir sehnen uns danach,

dass du Recht schaffst in unserer Welt,

deren Ungerechtigkeit zum Himmel schreit.

Wir sehnen uns nach Gerechtigkeit,

die nicht auf Kosten anderer zustande kommt;

nach einem Zusammenleben in Frieden und Freiheit.

Wir bitten dich:

Zeige uns, dass du zu deiner Schöpfung stehst,

und mach uns zu lebendigen Zeichen deines Friedens.

Darum bitten wir Dich, wenn wir jetzt gemeinsam beten, so wie Jesus mit seinen Freunden gebetet hat

### Vater unser

## 5. Frühschicht: Aufstehen für mehr Frieden

---

### Lied

JuGoLo 319 So ist Versöhnung

EG 666 Wie ein Fest nach langer Trauer

### Segen

*Leiter/in*

Geht hin in diesen Morgen und in die Welt.

Gott, Schöpfer des Lichtes,

segne Euch und alle Menschen

und alles, was den Hauch des Lebens in sich trägt.

*Sprecher/in 1 + 2 im Wechsel*

1 Gott segne Euch im Lauf der aufgehenden Sonne rund um die Erde;

2 er ist wie der Morgenstern, der über Australien wacht;

1 wie die Morgensonne, die über Asien aufgeht;

2 wie die Sonne der Gerechtigkeit, die für Afrika neuen Segen bringt;

1 wie die Morgenröte, die über Europa erstrahlt;

2 wie das Sonnenlicht, das sich über die Weiten Süd- und Nordamerikas verschenkt.

*Leiter/in*

Gott segne Euch und behüte Euch.

Gott Sorge für Euch.

Gott bewahre Euch und erfülle Euer Leben mit Liebe.

Amen.

## 6. Frühschicht: Aufstehen für mehr Leben

### Vorbereitung:

- ↪ Ausreichend Sitzmöglichkeiten in Kreisform stellen
- ↪ Den Raum nur schwach mit Kerzenlicht erleuchten
- ↪ Eine Kerze für die Mitte und Streichhölzer/Feuerzeug
- ↪ Liedblätter/Liederbücher
- ↪ Verteilen der Rollen der Sprecher/innen
- ↪ Beim Eintreffen der Teilnehmer/innen kann meditative Musik laufen (ggf. CD-Player und geeignete CD bereitstellen)
- ↪ Ausreichend Kopien vom Mottolied (Kopiervorlage Seite 40/41)

### Begrüßung

*Leiter/in*

Guten Morgen. Schön dass wir gemeinsam in den Tag starten können. Wir machen uns auf den Weg zum Osterfest, dem Fest das neues Leben verheißt. So beginnen wir im Zeichen von Tod und Auferstehung: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des heiligen Geistes.

### Lied

JuGoLo 619 Meine Zeit

### Hinführung

*Sprecher/in 1*

Unsere Frühschichten in diesem Jahr tragen den Titel des Ökumenischen Kirchentages an Pfingsten. Aufstehn zum Leben. Thomas Stubenrauch, der Referent für Ökumene im Bistum Speyer, hat zu diesem Motto ein Lied geschrieben.

*Sprecher/in 2*

Aufstehn zum Leben.

Wenn meine Sehnsucht überquillt nach einem, der den Hunger stillt, nach einem, der mich ganz versteht und alle Wege mit mir geht; wenn ich mich wie am Boden fühl, wie ein Verlorener im Gewühl, der sich nach einem Ziel ausstreckt, das neue Hoffnung weckt, dann will ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn mit Gott. Mit Gott, der immer bei mir bleibt und liebend meine Angst vertreibt, mit ihm will ich aufstehn zum Leben!

### Stille

*Sprecher/in 3*

Weil Gottes Sohn in Jesus Christ ein Mensch wie ich geworden ist, der

## 6. Frühschicht: Aufstehen für mehr Leben

---

jedem seine Liebe gibt, auch dem, der nur sich selber liebt; der selbst dem Tod ins Angesicht sieht, weil er weiß, dass Gottes Licht auch nach des Kreuzes dunkler Nacht den Morgen neu entfacht, drum kann ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn durch Gott. Durch Gott, der alle Ketten sprengt und selbst im Tod noch Hoffnung schenkt, durch ihn kann ich aufstehn zum Leben!

### Stille

#### *Sprecher/in 1*

Wenn Ungerechtigkeit und Leid unendlich laut zum Himmel schreit; wenn jeder unsre Schöpfung mit den Füßen in den Boden tritt; wenn Menschen Durst und Hunger spürn, im Überlebenskampf verliern; wenn einer völlig unbewegt aufs Kreuz die andern legt, dann soll ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn für Gott. Für Gott, der meiner Kraft vertraut, dass sie sein neues Reich mitbaut, für ihn soll ich aufstehn zum Leben!

### Stille

#### *Sprecher/in 2*

Weil Spaltung Gottes Volk zerteilt und jeder nur bei sich verweilt, nur das, was er sein Eigen nennt, als Willen Gottes anerkennt; weil Sehnsucht unsre Herzen treibt, dass alle als sein heiliger Leib das Mahl des Auferstandenen an einem Tisch begehnen, drum solln wir aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn in Gott. In Gott, der uns durch seinen Geist den Weg zur wahren Einheit weist, in ihm solln wir aufstehn zum Leben!

### Stille

#### *Sprecher/in 3*

Wenn mir in vielerlei Gestalt der Tod entgegen tritt und kalt ich seinen dunklen Schatten spür und so die Hoffnung fast verlier, wenn ich schon hier und nach der Zeit mich sehne nach der Ewigkeit, nach Gottes Reich, das jetzt noch klein einst unendlich wird sein, dann werd ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn zu Gott. Zu Gott, der Lebensfülle schenkt, die schon im Hier und Jetzt anfängt, zu ihm werd ich aufstehn zum Leben!

*Thomas Stubenrauch*

### Stille

### *Leiter/in*

Dann werd ich aufstehn zum Leben, aufstehn vom Tod; aufstehn zum Leben, aufstehn zu Gott. Zu Gott, der Lebensfülle schenkt, die schon im Hier und Jetzt anfängt, zu ihm werd ich aufstehn zum Leben!

### **Stille**

### **Bibeltext**

#### *Sprecher/in 1*

Am ersten Tag der Woche kam Maria von Magdala frühmorgens, als es noch dunkel war, zum Grab und sah, dass der Stein vom Grab weggenommen war. Da lief sie schnell zu Simon Petrus und dem Jünger, den Jesus liebte, und sagte zu ihnen: Man hat den Herrn aus dem Grab weggenommen und wir wissen nicht, wohin man ihn gelegt hat. Da gingen Petrus und der andere Jünger hinaus und kamen zum Grab; sie liefen beide zusammen dorthin, aber weil der andere Jünger schneller war als Petrus, kam er als erster ans Grab. Er beugte sich vor und sah die Leinenbinden liegen, ging aber nicht hinein. Da kam auch Simon Petrus, der ihm gefolgt war, und ging in das Grab hinein. Er sah die Leinenbinden liegen und das Schweiß Tuch, das auf dem Kopf Jesu gelegen hatte; es lag aber nicht bei den Leinenbinden, sondern zusammengebunden daneben an einer besonderen Stelle. Da ging auch der andere Jünger, der zuerst an das Grab gekommen war, hinein; er sah und glaubte. Denn sie wussten noch nicht aus der Schrift, dass er von den Toten auferstehen musste.

*Die Bibel, Einheitsübersetzung Joh 20, 1-9*

### **Lied**

Aufstehn zum Leben

(Mottolied - Kopiervorlage Seite 40/41)

### **Vertiefung**

#### *Sprecher/in 2*

Der berühmte Filmproduzent Cecil B. de Mille liebte es, sich in die Einsamkeit zurückzuziehen, wenn er ein Problem zu überdenken hatte. Eines Tages fuhr er in einem Boot auf einen See im Staate Maine hinaus und ließ sich ziellos dahintreiben, während er sein Problem überdachte. Das Boot trieb an Land und legte an einer Stelle an, wo das Wasser nur wenige Zentimeter tief war. De Mille schaute hinab und sah, dass der Grund mit Wasserkäfern übersät war. Einer von ihnen kam an die Oberfläche und kroch langsam an der Seitenwand des Bootes hoch. Als er

den Bootsrand erreicht hatte, starb er.

De Milles Gedanken kehrten zu seinem Problem zurück. Nach einer Weile blickte er zufällig wieder auf den Käfer. In der heißen Sonne war sein Panzer brüchig geworden. Plötzlich sprang der Panzer auf, und langsam kam eine Libelle zum Vorschein. Sie erhob sich in die Luft, und ihre Farben funkelten im Sommerlicht.

Diese beflügelte Kreatur flog in einem Augenblick weiter, als der Käfer in Tagen hätte kriechen können. Die Libelle wandte sich wieder der Wasseroberfläche zu; de Mille sah ihren Schatten auf dem Wasser. Sehr wahrscheinlich sahen die Wasserkäfer in der Tiefe die Libelle auch, aber jetzt lebte ich einstiger Gefährte in einer Welt, die ihr Begriffsvermögen überstieg. Sie lebten immer noch ihre bescheidene Existenz, während ihre beflügelte Verwandte alle Freiheit zwischen Himmel und Erde genoss. Später, als de Mille sein Erlebnis erzählte, schloss er mit der eindringlichen Frage: "Wird der Schöpfer des Universums das, was er für einen Wasserkäfer tut, für einen Menschen nicht tun?"

*aus: N. V. Peale, Die Wirksamkeit positiven Denkens*

### Stille

#### Vertiefung

*Sprecher/in 3*

Auferstehung

Das Leben

Die Liebe

Gott

Gewinnt

Mitten im Dunkeln

Leise und unauffällig

Ohne Zuschauer und Fernsehshow

Nicht einmal die besten Freunde

haben es mitbekommen

*Sprecher/in 1*

Auferstehung

Geschieht in mir

Mitten in meinem Dunkel

Mitten in meiner Angst

Mitten in meiner Einsamkeit

Wenn

## 6. Frühschicht: Aufstehen für mehr Leben

---

Der Mut die Angst überwindet  
Die Hoffnung größer ist als die Verzweiflung  
Die Dunkelheit zur Dämmerung wird

*Sprecher/in 2*

Auferstehung  
Wenn ich  
Mitten im Dunkel  
Dem Leben traue  
Schritte wage  
Manchmal ganz allein  
Manchmal ins Ungewisse hinein

*Sprecher/in 3*

Auferstehung  
Der Versuchung widerstehen  
Liegen zu bleiben  
Sondern  
Aufzustehen  
Aufzubrechen  
Durch das Dunkel  
Durch die Dämmerung  
Dem Licht entgegen  
Zum Leben

*Petra Focke / Hermann Josef Lückner*

### **Überleitung**

*Leiter/in*

Ich lade euch ein, nachzuspüren was euch jetzt gerade bewegt.

### **Stille**

*Leiter/in*

All unsere Gedanken, unser Lob und Dank, aber auch unsre Bitten und Sorgen wollen wir in das Gebet legen, das uns Jesus selbst gelehrt hat. Reichen wir uns die Hände und beten:

### **Vater Unser**



### Segen

*Sprecher/in 1*

Staunen wird Jubel,  
Staunen wird Jubel,  
weil Jesu Geschichte weitergeht.  
Hoffnung wird Glauben,  
Hoffnung wird Glauben,  
weil Gottes Leben den Tod übersteht.  
Das Grab ist leer,  
der Keim treibt aus,  
der Auferweckte führt sein Volk heraus.

*Sprecher/in 2*

Enge wird Weite,  
Enge wird Weite,  
weil Gottes Macht die Angst aufbricht,  
Zweifel wird Vertrauen,  
Zweifel wird Vertrauen,  
denn Gott verlässt die Toten nicht.  
Er hält sein Wort:  
"Ich bleib euch treu!"  
Dem Tod zum Trotz erweckt Gott Leben neu.

*Stefan Hoffmann*

### Segen

*Leiter/in*

Du Gott, der uns neues Leben schenkt,  
sei mit uns auf unseren Wegen  
und segne uns:  
Im Namen des Vaters und des Sohnes  
und des heiligen Geistes.  
Amen.

### Lied

JuGoLo 501 Du wirst den Tod in uns wandeln

## Aufstehn zum Leben

Text und Musik: Thomas Stubenrauch 2013



- |                                     |                 |                          |
|-------------------------------------|-----------------|--------------------------|
| 1. Wenn mei - ne Sehn-sucht         | ü - ber-quillt  | nach ei - nem, der den   |
| 2. Weil Got - tes Sohn in           | Je - sus Christ | ein Mensch wie ich ge -  |
| 3. Wenn Un - ge - rech - tig - keit | und Leid_       | un - end - lich laut zum |
| 4. Weil Spal-tung Got - tes Volk    | zer-teilt_      | und je - der nur bei     |
| 5. Wenn mir in vie - ler - lei      | Ge-stalt_       | der Tod ent - ge - gen - |



- |                       |  |      |
|-----------------------|--|------|
| 1. Hun - ger stillt,  | nach ei - nem, der mich ganz ver-steht   | und  |
| 2. wor - den ist, _   | der je - dem sei - ne Lie - be gibt, _   | auch |
| 3. Him - mel schreit; | wenn je - der uns - re Schöp-fung mit_   | den  |
| 4. sich ver-weilt,    | nur das, was er sein Ei - gen nennt,     | als  |
| 5. tritt und kalt_    | ich sei - nen dunk - len Schat-ten spür_ | und  |



- |                        |                    |                          |
|------------------------|--------------------|--------------------------|
| 1. al - le We - ge     | mit mir geht;      | wenn ich mich wie am     |
| 2. dem, der nur sich   | sel - ber liebt;_  | der selbst dem Tod ins   |
| 3. Fü - ßen in den     | Bo - den tritt;_   | wenn Men-schen Durst und |
| 4. Wil - len Got - tes | an - er - kennt;   | weil Sehn-sucht uns - re |
| 5. so die Hoff-nung    | fast ver - lier, _ | wenn ich schon hier und  |



- |                      |  |      |
|----------------------|--|------|
| 1. Bo - den fühl, _  | wie ein Ver - lor - ner im Ge - wühl,      | der  |
| 2. An - ge - sicht_  | sieht, weil er weiß, dass Got - tes Licht_ | auch |
| 3. Hun - ger spürn,  | im Ü - ber - le - bens-kampf ver-liern;    | wenn |
| 4. Her - zen treibt, | dass al - le als sein heil - ger Leib_     | das  |
| 5. nach der Zeit_    | mich seh - ne nach der E - wig-keit, _     | nach |

## Mottolied



1. sich nach ei - nem Ziel aus - streckt, das neu - e Hoff - nung weckt,
2. nach des Kreu - zes dunk - ler Nacht den Mor - gen neu ent - facht, \_
3. ei - ner völ - lig un - be - wegt aufs Kreuz die an - dern legt, \_
4. Mahl des Auf - er - stan - de - nen an ei - nem Tisch be - gehn, \_
5. Got - tes Reich, das - jetzt noch klein - einst un - end - lich wird sein, \_



1. dann will ich auf - stehn zum Le - ben, auf - stehn vom Tod;
2. drum kann ich auf - stehn zum Le - ben, auf - stehn vom Tod;
3. dann soll ich auf - stehn zum Le - ben, auf - stehn vom Tod;
4. drum solln wir auf - stehn zum Le - ben, auf - stehn vom Tod;
5. dann werd ich auf - stehn zum Le - ben, auf - stehn vom Tod;



1. auf - stehn zum Le - ben, \_ auf - stehn mit Gott. Mit
2. auf - stehn zum Le - ben, \_ auf - stehn durch Gott. Durch
3. auf - stehn zum Le - ben, \_ auf - stehn für Gott. Für
4. auf - stehn zum Le - ben, \_ auf - stehn in Gott. In
5. auf - stehn zum Le - ben, \_ auf - stehn zu Gott. Zu



1. Gott, der im - mer bei mir bleibt und lie - bend mei - ne
2. Gott, der al - le Ket - ten sprengt und selbst im Tod noch
3. Gott, der mei - ner Kraft ver - traut, dass sie sein neu - es
4. Gott, der uns durch sei - nen Geist \_ den Weg zur wah - ren
5. Gott, der Le - bens - fül - le schenkt, die schon im Hier und



1. Angst ver - treibt, mit ihm will ich auf - stehn zum Le - ben! \_\_\_\_\_
2. Hoff - nung schenkt, durch ihn kann ich auf - stehn zum Le - ben! \_\_\_\_\_
3. Reich mit - baut, für ihn soll ich auf - stehn zum Le - ben! \_\_\_\_\_
4. Ein - heit weist, in ihm solln wir auf - stehn zum Le - ben! \_\_\_\_\_
5. Jetzt an - fängt, zu ihm werd ich auf - stehn zum Le - ben! \_\_\_\_\_

Morgenstund hat Gold im Mund

Wer länger schläft bleibt auch gesund

Der frühe Vogel fängt den Wurm

Der frühe Vogel kann mich mal

Jeder Morgen ist ein neues Leben

Jedes Aufstehn ist eine kleine Geburt

Aufstehen für soziale Gerechtigkeit

Was kann ein Tag bringen,  
der mit Aufstehen beginnt?!

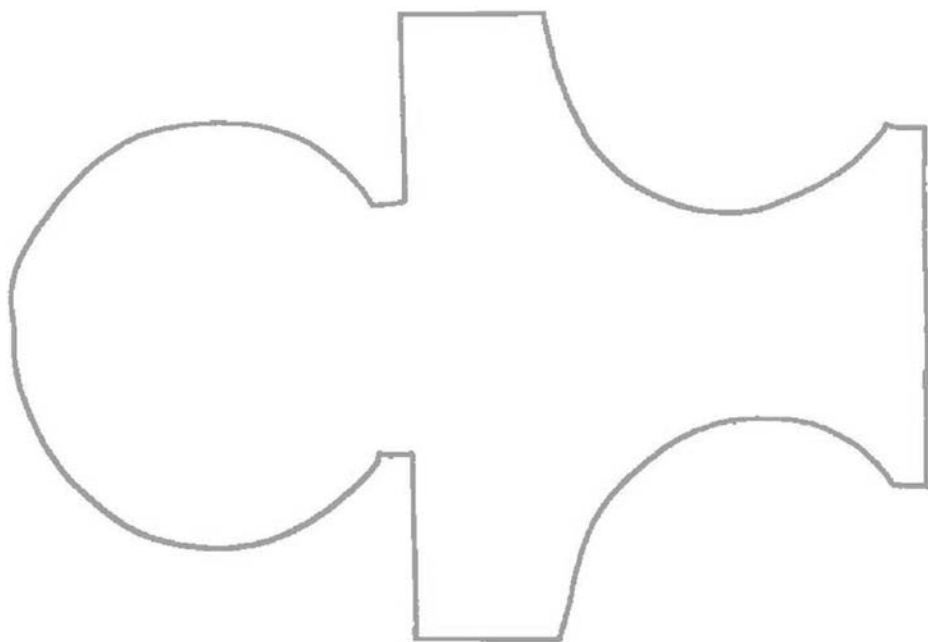
Aufstehen, aufeinander zugehn

Aufstehn oder Liegenbleiben  
das ist hier die Frage?

Steh auf, wenn du ...

Aufstehen ist für mich ...

Aufstehen mit dem Hahn um die Wette





**2015  
JULI  
AUF  
AUF**

Ökumenischer  
Kirchentag  
Pfingsten 2015  
in Speyer

**stand up  
Jugendfestival  
23. Mai 2015**